20.010 20.010 Koláč krehký jablkový.doc
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
rastlinný tuk	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50
cukor práškový	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,65	0,65
múka polohrubá	1,70	1,70	1,70	1,70	1,70	1,70	2,00	2,00
mlieko	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,80	0,80
vajcia	5	0,25	5	0,25	5	0,25	7	0,35
prášok do pečiva	3	0,03	3	0,03	3	0,03	4	0,04
plnka :								
strúhanka	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12
cukor	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,35	0,35
jablká	5,00	3,25	5,00	3,25	5,00	3,25	6,00	3,90
škorica mletá	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05
cukor práškový	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
cukor na posýpku	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
hmotnosť porcie v g	55		55		55		70	

Receptúra

Výrobný postup

Na dosku preosejeme múku, ktorú zmiešame s práškom do pečiva, pridáme práškový cukor, postrúhaný tuk, vajcia a s vlažným mliekom vymiesime vláčne cesto. Rozvaľkáme na plát veľkosti plechu, posypeme strúhankou, strúhanými jablkami, škoricou a cukrom. Prikryjeme druhým plátom. Okraje pritlačíme, potrieme mliekom. Popicháme vidličkou. Pečieme vo vyhriatej rúre. Upečený koláč krájame na rezy, posypeme práškovým cukrom.
Pre vekovú skupinu A ak podávame na olovrant normujeme 2x.
Pre vekovú skupinu B,C,D podávame ako prídavok k obedu.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	698	167	2,30	3,6	0,0	30,1	1,5	16,9	0,4	0,046	0,0	0,0	3,1	0,0
B	700	168	2,30	3,6	0,0	30,2	1,5	18,3	0,5	0,046	0,0	0,0	3,1	0,0

C	700	168	2,30	3,6	0,0	30,2	1,5	18,3	0,5	0,046	0,0	0,0	3,1	0,0
D	856	205	2,82	4,6	0,0	36,7	1,9	25,2	0,6	0,058	0,0	0,1	3,7	0,0